

Т. Б. Сергеева
А. А. Печеркина
И. С. Галанин

*Уральский федеральный университет
им. первого Президента России Б. Н. Ельцина
Екатеринбург, Россия*

**Взаимосвязь готовности к освоению
возрастно-временных изменений и самооценки
работоспособности на поздних этапах
профессионализации***

Исследование направлено на выявление особенностей взаимосвязи готовности к освоению возрастно-временных изменений (показатель готовности к мобильному поведению) и самооценки работоспособности (показатель деятельностного компонента профессионального здоровья) на поздних этапах профессионализации.

Ключевые слова: готовность к освоению возрастно-временных изменений, работоспособность, средняя зрелость, поздняя зрелость, поздние этапы профессионализации, профессиональное здоровье, личностная мобильность

* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 19-013-00431 «Личностная мобильность как предиктор сохранения профессионального здоровья в пожилом возрасте».

Tamara B. Sergeeva

Anna A. Pecherkina

Ilya S. Galanin

Ural Federal University

named after the first President of Russia B. N. Yeltsin

Yekaterinburg, Russia

Relationship Between Readiness to Master Age-Related Changes and Self-Assessment of Working Capacity at the Late Stages of Professionalization

The study is aimed at identifying the features of the relationship between readiness to master age-related changes (an indicator of readiness for mobile behavior) and self-assessment of working capacity (an indicator of the activity component of professional health) at the late stages of professionalization.

Keywords: readiness to master age-related changes, working capacity, middle adulthood, late adulthood, late stages of professionalization, professional health, personal mobility

Введение. Поиск личностных предикторов сохранения профессионального здоровья в поздней взрослости — актуальная задача психологической науки и практики. Профессиональное здоровье в пожилом возрасте определяется нами как комплекс психологических характеристик, отвечающий требованиям и условиям профессиональной деятельности и обеспечивающий оптимальный для нее уровень работоспособности, развитие личности на поздних этапах профессионализации и профессиональное долголетие. В качестве предиктора профессионального здоровья рассматривается личностная мобильность [1]. Сложный, неоднозначный характер сопряженности названных конструктов ставит множество частных исследовательских задач, связанных с характером взаимодействия разных составляющих здоровья и мобильности. Соответственно, цель данного исследования — выявить особенности взаимосвязи готовности к освоению возрастно-временных изменений (показатель готовности к мобильному поведению) и самооценки работоспособ-

ности (показатель деятельностного компонента профессионального здоровья) на поздних этапах профессионализации.

Материалы и методы. В эмпирическом исследовании приняли участие 166 работающих жителей Екатеринбурга и Свердловской области в возрасте от 50 до 74 лет, разделенных на две группы в соответствии с возрастными и профессиональными периодизациями развития: до 60 лет (средняя зрелость, предпенсионный возраст) и после 60 лет (поздняя зрелость, работающие пенсионеры). Использовались следующие методики: опросник «Дифференциальная диагностика состояний сниженной работоспособности» (ДОРС) А. Б. Леоновой, С. Б. Величковой, авторский опросник «Готовность к освоению возрастно-временных изменений» Н. С. Глуханюк, Т. Б. Сергеевой [2]. В качестве основного статистического метода использовался корреляционный анализ по методу Спирмена.

Результаты. Были выявлены как общие тенденции взаимосвязи готовности к освоению возрастно-временных изменений и работоспособности у работающих участников исследования, так и различия между подвыборками средней и поздней зрелости. Выявлена отрицательная взаимосвязь аффективного уровня готовности к возрасту с самооценкой утомления, пресыщения и стресса. Работники предпенсионного возраста и работающие пенсионеры, высоко оценивающие свою работоспособность, спокойнее относятся к происходящим возрастным изменениям в социальной сфере, физиологическим сдвигам и трансформациям личности. И наоборот, болезненно переживают возрастные изменения работники, фиксирующие у себя состояния сниженной работоспособности.

У участников старше 60 лет отмечен еще ряд тенденций, отсутствующих на этапе средней зрелости. Отрицательная взаимосвязь самооценки работоспособности выявлена не только с аффективным, но и с мотивационным уровнем готовности к возрасту. Иными словами, работающие пенсионеры, активно ищущие способы адаптации к возрастным изменениям, достаточно высоко оценивают свою работоспособность (это в первую очередь касается параметров монотонии, утомления и стресса). Высокий показатель общего уровня готовности к возрасту отмечен у участников с низким уровнем монотонии. Установлена положительная взаимосвязь психического

пресыщения и стресса с когнитивным уровнем готовности, то есть с осознанием и пониманием происходящих возрастных изменений. Это указывает на то, что условия выполнения профессиональной деятельности играют важную роль в освоении возраста.

Заключение. Полученные результаты составляют информационную основу программы сохранения профессионального здоровья в позднем возрасте посредством развития личностной мобильности. При разработке технологий необходим более дифференцированный подход к выбору форм и методов сопровождения на разных стадиях профессионализации с учетом выявленных особенностей во взаимосвязи составляющих готовности к возрастным изменениям и самооценки работоспособности.

1. *Сергеева Т. Б., Печеркина А. А., Глуханюк Н. С., Борисов Г. И.* Личностная мобильность как предиктор профессионального здоровья и благополучия в пожилом возрасте // Перспективы науки и образования. 2019. № 6. С. 397–408.

2. *Глуханюк Н. С., Сергеева Т. Б. (Гершкович Т. Б.)* Поздний возраст и стратегии его освоения : монография. Изд. 2-е, доп. М. : МПСИ, 2003. 112 с.